

Schwierigkeitsgrad



PRO PORTION

KALORIEN
2239 kcal

KOHLNHYDRATE
216,1 g

FETT
145,7 g

EIWEISS
56,4 g

BALLASTSTOFFE
54,6 g

Gewürzschnitten

Zubereitung (35 Min.)

1. Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Butter, Xylit und Eier schaumig schlagen.
3. Eiweißpulver, Kokosmehl und Backpulver nach und nach unterheben und vermengen.
4. Zartbitterschokolade klein hacken. Schokolade, Milch, Zimt und Nelkenpulver unter den Teig rühren.
5. Eine Backform (ca. 25x25 cm) leicht einfetten oder mit Backpapier auslegen und den Teig einfüllen.
6. Auf mittlerer Schiene für ca. 25 Minuten backen. Anschließend abkühlen lassen und in ca. 30 Stücke schneiden.

Tipp! Ergibt ca. 30 Stück. Nährwert pro Stück:
74 kcal, 7,2 kcal, 1,8 g Eiweiß, 4,8 g Fett, 1,8 g
Ballaststoffe

Zutaten

125 g Butter
150 g Xylit (Birkenzucker)
2 Eier
20 g Eiweißpulver Vanille
125 g Kokosmehl
1 TL Backpulver
75 g Zartbitterschokolade
1 EL Milch 1,5 % Fett
1/2 TL Zimt
1/2 TL Nelkenpulver